

Einführung	6		
Über dieses Buch	7		
Schlagtechnik	8	Grundzüge des Spiels	140
Die ersten Schritte	10	Es geht los	142
Der richtige Griff	12	Das Punktsystem	144
Topspin-Vorhand	16	Tennisregeln	146
Beidhändige Topspin-Rückhand	24	Etikette auf dem Tennisplatz	148
Einhändige Topspin-Rückhand	32		
Einhändige Slice-Rückhand	38	Taktik	150
Einhänder Rückhand-Stoppball	45	Taktik beim Aufschlag	152
Sidespin/Slice-Aufschlag	46	Taktik beim Return	154
Twist-Aufschlag	54	Taktik beim ersten Schlag	156
Slice-Vorhand	62	Cross und longline?	158
Vorhand-Stoppball	69	Taktik beim Ballwechsel	160
Hoher Vorhand-Volley	70	20 Schritte zur richtigen Einstellung	162
Vorhand-Stoppvolley	74	Taktik und Aufstellung beim Doppel	164
Tiefer Vorhand-Volley	76	Ein neuer Anfang	170
Vorhand-Halbvolley	80		
Mittelhoher Rückhand-Volley	82	Glossar	172
Rückhand-Stoppvolley	86	Register	174
Tiefer Rückhand-Volley	88	Danksagung	176
Rückhand-Halbvolley	92		
Returnvarianten	94		
Vorhand-Topsin-Lob	100		
Rückhand-Topsin-Lob	108		
Vorhand-Schmetterball	114		
Rückhand-Schmetterball	120		
Vorhand-Drive-Volley	126		
Einhänder Rückhand-Drive-Volley	132		
Beidhänder Rückhand-Drive-Volley	136		